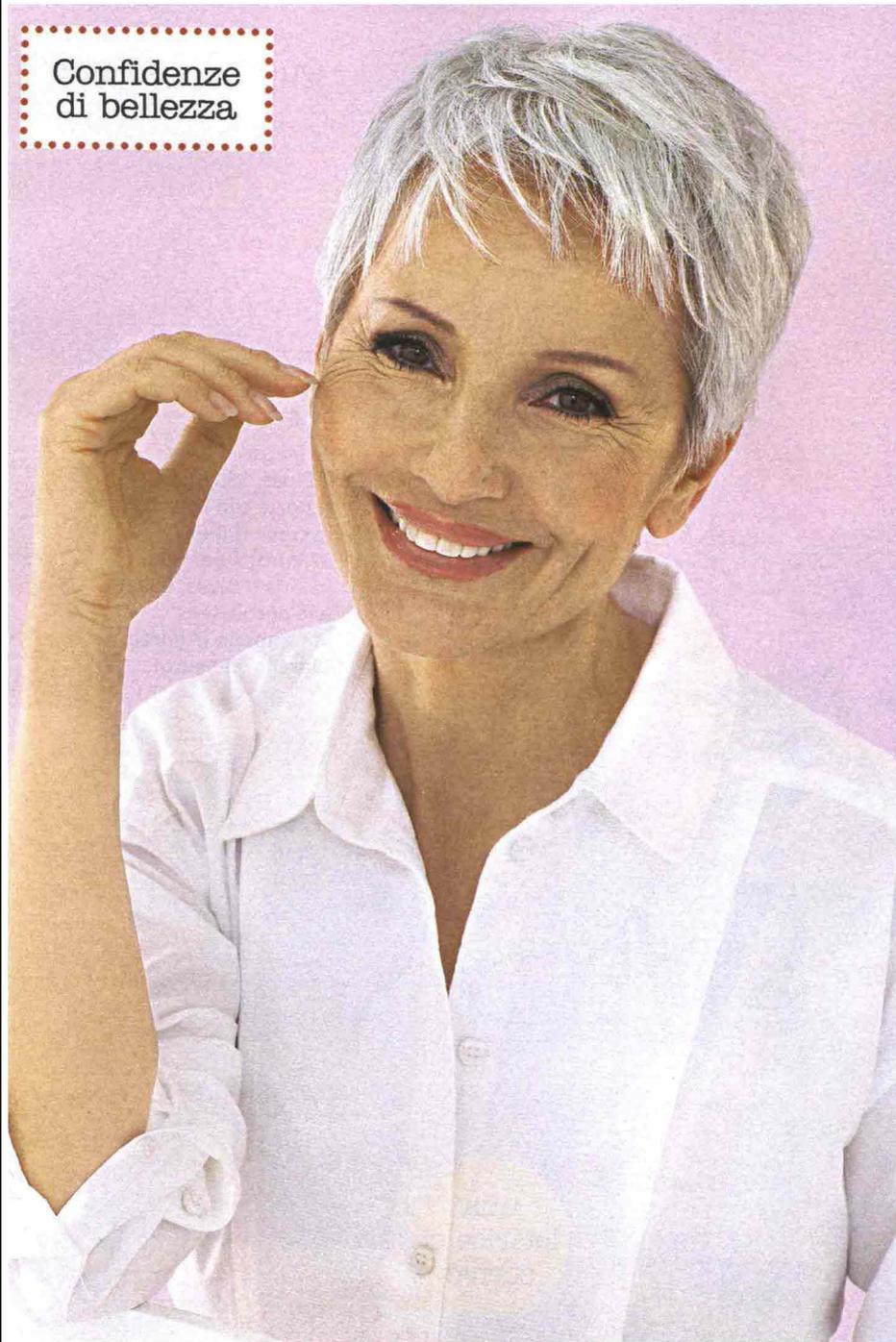


Confidenze di bellezza



Elisabetta ci chiede



**I MIEI CAPELLI CADONO E DIVENTANO PIÙ SOTTILI. C'È UNA SOLUZIONE?**

*Ho 56 anni e mi sono accorta che, rispetto a una volta, quando mi pettino, perdo più capelli. Fra l'altro, li vedo meno corposi e mi domando se posso fare qualcosa.*

**Elisabetta Di Biase (via e-mail)**

### Punta sugli ingredienti che aiutano la crescita

I cambiamenti ormonali della menopausa toccano anche i capelli. Con la diminuzione degli estrogeni, infatti, i bulbi piliferi perdono vitalità, rendendo le ciocche più sottili e soggette alla caduta. Bloccare completamente questo processo non è possibile. Ma si può attenuare, scegliendo shampoo specifici, arricchiti con molecole bioattive e aminoacidi che aiutano la crescita di nuovi capelli. E maschere a base di proteine del grano, dall'azione fortificante e ridensificante.

**L'idea in più** Ogni tanto, durante la giornata, massaggia qualche minuto il cuoio capelluto: favorisce la microcircolazione.



11,50 €

**Shampoo Prevenzione Caduta Hair Collection Follicusan (Creattiva, 11,50 euro): con aminoacidi. Tonucia Maschera Tonificante Ridensificante (Rene Furterer, 36,50 euro): con microproteine del grano.**

## I cosmetici da usare dopo i 50 anni

In menopausa i capelli e la pelle del viso e del corpo hanno bisogno di cure adeguate. L'importante è usare prodotti specifici e qualche accorgimento mirato. Qui trovi i tanti consigli di **Alberta di Giorgio** con la consulenza di **Magda Belmontesi, dermatologa**

Van Kasteel (1)

24 Confidenze

Marinella  
ci  
chiede



### SI PUÒ DARE UNA SFERZATA DI VITALITÀ AL VISO SPENTO E GRIGIASTRO?

Ho 63 anni e la mia carnagione sta perdendo luminosità. Inoltre, vedo le rughe più marcate e i miei contorni meno definiti. Mi chiedo come intervenire.

Marinella Cervini (via e-mail)

Fiorella  
ci  
chiede



### COSA FACCIO PER EVITARE I CEDIMENTI DELLA PELLE?

Ho 59 anni e, visto che tendo a ingrassare, ho deciso di seguire un'alimentazione ipocalorica. Non vorrei, però che, con la pelle meno elastica, il mio corpo "cedesse".

Fiorella Parmeggiani (via e-mail)

## Scegli le creme che rimpolpano

Con la menopausa l'organismo produce meno elastina e collagene. Queste sostanze, che mantengono la pelle levigata e, di conseguenza, anche luminosa, sono per fortuna contenute in molte creme antietà, che in questo periodo devono essere utilizzate tutti i giorni, mattina e sera. Insieme agli oli vegetali e al burro di karité, aiutano a ripristinare la compattezza della cute e a fornirle i grassi di cui ha bisogno per conservare morbidezza ed elasticità nel tempo.

**L'idea in più** La mattina passa sul viso del succo d'arancia. Lascia agire qualche minuto e risciacqualo: toglie il grigiore.

## Affidati alle sostanze che sciolgono i grassi

La difficoltà a perdere peso è un classico della menopausa: il metabolismo rallenta e i grassi si accumulano. Benissimo, quindi, seguire una dieta, purché ricca di proteine, che mantengono compatto il sostegno naturale della pelle. Il regime alimentare, però, va associato all'applicazione, mattina e sera, di creme con sostanze snellenti e antiossidanti, che favoriscono l'eliminazione dei grassi. E con acido ialuronico e fibre di cellulosa, che rendono la cute più tonica.

**L'idea in più** Ogni 15 giorni fai uno scrub con yogurt e farina gialla. La pelle assorbirà meglio i principi attivi snellenti.

## DENTI PULITI ANCHE FUORI CASA

Uno spazzolino ripiegabile salvaspazio, un filo interdentale da 10 metri, due scovolini e un dentifricio da 12,5 ml (formato che si può portare tranquillamente a bordo dell'aereo). Li trovi nel Kit da Viaggio Gum Original White (6,50 euro), pensato non solo per chi è sempre a spasso per il mondo, ma anche da tenere in borsetta e usare fuori casa. La formula del dentifricio è studiata per ripristinare il bianco naturale dei denti, senza danneggiare smalto e gengive. Mentre gli scovolini usa e getta sono realizzati in gomma arricchita con fluoro, per prendersi cura anche degli spazi interdentali, la zona dove più di frequente si annidano i residui di cibo.



## È UN PROFUMO O UN ACCENDINO?

La domanda sorge spontanea, guardando il particolarissimo flacone del profumo Zippo the Woman (da 29 euro). Ha la forma del famoso accendino antiveneto ed è realizzato in acciaio satinato, come vuole la tradizione. Al posto del gas contiene una fragranza femminile, ma molto decisa, che accosta note fruttate a un fondo muschiato avvolgente. Creato per le donne giovani, dai 18 ai 36 anni, Zippo the Woman piacerà a chi ha una personalità forte, e qualsiasi età.



Confidenze 25



**Neovadiol Magistral** (Vichy, 36 euro): con Pro-Xylane, oli vegetali e burro di karité idrata e ridensifica la cute.

**Perfecta Crema Attiva Viso** (Collistar, 72,50 euro): con collagene, elastina, acido ialuronico e vitamina E rende la pelle più compatta.



**Anti-Age Lift-Corpo** (Iodase, 36 euro): con acido ialuronico e fibre di cellulosa contro i cedimenti cutanei.

**Trattamento Snellente Menopausa** (Somatoline Cosmetic, 41 euro): con agenti snellenti e antiossidanti.

**i** indirizzi a pag. 95